Согласовано

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
/Педяева Е.В./

МЕНЮ

30 января 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ).	7		5,6	0,1	51	0
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	200	5,9	8,4	26,5	205	0,6
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	5,3	5,3	22,8	161	0,8
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,8	20,3	371	0
Итого			**447**	**14,2**	**20,1**	**69,7**	**788**	**1,4**
II Завтрак								
2008		БАНАН	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			**100**	**1,5**	**0,5**	**21**	**96**	**10**
Обед								
2017	9	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА М\К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ.	200/0/8	7,3	7	9,5	134	5,6
		РЫБА (ФИЛЕ) ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	10,9	4,3	3,5	96	1,1
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ.	150	3,5	4,7	37,2	205	0
2017	112	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ.	200			6,8	27	0
2010	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48					0
Итого			**706**	**21,7**	**16**	**57**	**462**	**6,7**
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,9	6,5	9,6	122	1,1
Итого			**200**	**5,9**	**6,5**	**9,6**	**122**	**1,1**
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ.	150/0/30	5,2	7,7	37,2	237	0,2
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА.	200	0,1		0,2	1	0
Итого			**380**	**5,3**	**7,7**	**37,4**	**238**	**0,2**
Всего				**48,6**	**50,8**	**194,7**	**1706**	**19,4**

Ст.Медицинская сестра _____ Масляева В.А.

Согласовано

Заведующий
МДОУ №6 Ягодка
/Педяева Е.В./

МЕНЮ

30 января 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ).	5		4		36	0
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	150	4,3	6,2	19,8	154	0,4
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ.	150	3,9	4	17	120	0,6
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,6	15,3	279	0
Итого			**335**	**10,4**	**14,8**	**52,1**	**589**	**1**
II Завтрак								
2008		БАНАН	100	1,5	0,5	21	96	10
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	125	0,8	0,3	23,1	99	0,8
Итого			**225**	**2,3**	**0,8**	**44,1**	**195**	**10,8**
Обед								
2017	9	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА М\К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ.	150/0/8	5,6	5,3	7	102	4,3
		РЫБА (ФИЛЕ) ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	10,9	4,3	3,5	96	1,1
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ.	120	2,8	3,8	29,8	165	0
2017	112	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ.	150			5,1	21	0
2010	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38					0
Итого			**566**	**19,3**	**13,4**	**45,4**	**384**	**5,4**
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	4,7	6,9	87	0,8
Итого			**150**	**4,3**	**4,7**	**6,9**	**87**	**0,8**
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ.	120/0/25	4,3	6,2	30,1	193	0,2
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА.	150	0,1		0,1	1	0
Итого			**295**	**4,4**	**6,2**	**30,2**	**194**	**0,2**
Всего				**40,7**	**39,9**	**178,7**	**1449**	**18,2**

Ст.Медицинская сестра _____ Масляева В.А.